EL LOTO BLANCO



AÑO 2 - N.º 4 - OCTUBRE - NOVIEMBRE - DICIEMBRE - 1979

LA TEOSOFIA

La Teosofía es un conjunto de verdades que forman la base de todas las religiones, las cuales no pueden ser de exclusiva propiedad de nadie. Ofrece una filosofía que hace la vida inteligible y que demuestra que la justicia y el amor guían la evolución. Pone a la muerte en su justo lugar como un hecho recurrente en una vida sin fin que abre las puertas de una existencia más plena y más radiante. Restablece en el mundo la Ciencia del Espíritu, enseñando al hombre a reconocerse a sí mismo en el Espíritu, siendo la mente y el cuerpo sus servidores. Ilumina las escrituras y doctrinas de las religiones al desvelar sus significados escondidos, justificándolos así ante las barreras de la inteligencia, ya que siempre están justificados ante los ojos de la intuición.

Los miembros de la Sociedad Teosófica estudian estas verdades, y los teósofos tratan de vivirlas. Quien desee estudiar, ser tolerante, tenga altas aspiraciones y trabaje de forma perseverante, puede ser miembro de la Sociedad Teosófica, dependiendo de cada uno el llegar a ser un verdadero teósofo.

EL LOTO BLANCO

Revista editada por la
Rama RAKOCZI de la
Sociedad Teosófica Española

Ríos Rosas, 25-1.º Dcha.
Teléfono 442 36 82
MADRID-3

Año II
Núm. 4, Octubre-Nvbre.-Dicbre.
1979

Imprime: Imprenta RAM - Palma, 13 - Madrid
Portada de Martín Pinero
Depósito legal: D-41565-1978

EN ESTE NUMERO:



La Sociedad Teosófica fue fundada en Nueva York el 17 de noviembre de 1875, trasladando el 3 de abril de 1915 su Sede Central en Adyar, estado de Madrás, India.

Sus tres objetivos son:

1.º Formar un núcleo de Fraternidad universal sin distinción de raza, credo, sexo, casta o color.

2.º Fomentar el estudio comparado de las religiones, filosofías y ciencias.

3.º Investigar las leyes inexplicadas de la naturaleza y los poderes latentes en el hombre.

Su lema es:

NO HAY RELIGION MAS ELEVADA QUE LA VERDAD

Para ser miembro de la Sociedad Teosófica se requiere ser mayor de edad y conocer y simpatizar con sus tres objetivos. A ningún aspirante se le pregunta acerca de sus opiniones religiosas, politicas o filosóficas, pero a cambio se exige de todos la promesa formal de respetar las creencias y opiniones de los demás.

Meditación
Meditación
Meditación

•

En silencio contemplativo que el

hombre medite sobre el Yo, afirmando

así su identidad con El

Poder universal,

Vida inmanente,

que todo lo llena.

Tres, no obstante Uno,

yo te busco por el poder, la vida y la mente

que es mi Yo,

¡Dios de poder, vida y mente!

yo te saludo.

En el Yo del universo somos Uno,

yo soy ese Yo, ese Yo soy yo.

El ritual instrumento del séptimo rayo (y III)

por CLAUDE R. TRIPET

Esta práctica permite ampliar la potencia del poder de la energía recibida y armonizar esta fuerza entre todos los miembros.

La tercera parte *es la más importante. En realidad el objetivo real del ritual es la transmisión de las energías acumuladas. Esta fuerza puede ser distribuida entre los participantes por una comunión mística bajo la forma de bebidas y alimentos, o bien por un acto de descarga de los objetos condensadores por medio de gestos apropiados con el fin de servir al mundo, como ya se ha indicado.*

La cuarta parte del ritual, *consiste en devolver los elementos que fueron usados en la ceremonia, en un plano sutil. Esta devolución se hace sirviéndose de la espada u otro objeto similar y con palabras generalmente de agradecimiento por el trabajo realizado. Después se procede al cierre. Los miembros salen en procesión. Es costumbre en varias agrupaciones presentar un trabajo intelectual que puede ser discutido o no, según las circunstancias, y que tiene lugar, bien antes del trabajo de condensación, o después del cierre de los trabajos. Estas conferencias o exposiciones de trabajos o de discursos, sirven de instrucción a los miembros y según las agrupaciones tratan de cuestiones muy diferentes.*

V) Vayamos ahora a lo que nosotros llamamos **los medios.** *Antes de nada, el número de participantes. Algunos ritos pueden ser practicados por una sola persona (ritual operativo de los elegidos-Cohans), pero, como ya mencionábamos antes, existe un cierto peligro de que un hombre sólo no pueda dominar las energías puestas en actividad y que se convierta en un mago negro, o sea, que se ponga a trabajar con un fin egoísta. La mayor parte de las órdenes requieren, para hacer un trabajo válido, un mínimo de siete a nueve personas, representando cada una simbólicamente uno de los aspectos de la divinidad. Pocos rituales exigen un número máximo de representantes. Los hay que demandan imperativamente doce personas, ni más ni menos, utilizando el simbolismo astrológico y cada miembro representa un signo zodiacal. Otros rituales fijan en 21 el número máximo de participantes.*

Como se ha mencionado, algunas órdenes admiten sólo hombres, otras nada más que mujeres, mientras que otras son mixtas. Algunas, o una minoría, hacen segregaciones raciales o religiosas. A veces se exigen algunas condiciones a los postulantes. Las más frecuentes son; no haber

sido nunca condenados por un tribunal, llevar una vida honrada y recta y tener un medio de vida honesto. A esto se añade por ciertas órdenes una cultura y una inteligencia suficientes para poder asimilar las enseñanzas. Otras, todavia más selectivas, exigen el ser vegetarianos, abstenerse de bebidas alcohólicas y lo mismo del tabaco y las drogas.

Los postulantes, después de haber pedido la admisión o después de haber sido aceptados por la asamblea, pasan por una ceremonia especial de recepción o de iniciación. La mayor parte de las ceremonias de iniciación utilizan los cinco sentidos del neófito de una forma progresiva.

1.º El tacto. Se le hace tocar al candidato un poco de tierra, agua, formas simbólicas, generalmente cuando tiene los ojos vendados;

2.º El olfato. El olfato entra en juego por las fumigaciones de incienso;

3.º El oido. Es puesto en actividad por la audición de palabras, de sonidos y de música;

4.º El gusto. Por la absorción de bebidas amargas y dulces;

5.º Para terminar, el despertar se hace quitándole la venda que cubre los ojos: esto es, la LUZ pone en actividad la vista. Todo este proceso se acompaña de reconocimiento por los elementos de la naturaleza, o sea, por purificación de aire, agua y fuego. El agua purifica el cuerpo, el aire purifica el alma y el fuego purifica el espiritu.

El punto final de la iniciación es generalmente la consagración por el iniciador sea por una espada, sea por la imposición de las manos. Toda entrada en una ordẹn ritual es precedida de un juramento de secreto sobre las instrucciones y los ritos y algunas veces de obediencia a la jerarquía. Raras órdenes poseen solamente un grado; la mayor parte hacen progresar a los miembros por una escala de grados, dando cada uno de ellos un complemento de instrucción, de conocimientos o de poderes.

Es lamentable, sin embargo, que en muchas órdenes iniciáticas, esos grados solamente se otorguen a razón de los años de asociado más que en función a verdaderas capacidades ocultas de los miembros.

Felizmente esto no es general.

Ya que hemos visto el ritual, pasemos ahora al material necesario para la ejecución del mismo. Primero la vestidurua de los participantes. Es imperativamente recomendado vestir trajes que sirvan sólo para estas ceremonias. En efecto, los vestidos o trajes que nosotros llevamos en la calle, en el trabajo, en casa, están impregnados de influencias etéricas muy persistentes. Se debe por ello abandonar esos trajes en el guardarropa. Es de uso llevar trajes oscuros, smoking o frac los hombres y las mujeres un vestido largo con mangas largas. El color de estos vestidos varia según las órdenes, los grados y las funciones. La segunda razón de este modo de vestirse es crear una uniformidad y un cierto anonimato. Generalmente este vestido se completa por una joya de metal o un dibujo sobre pergamino prendido en el vestido o al final de una cinta. Esta joya puede variar según las funciones que simbolice.

También es de señalar el uso de cinturones o prendas similares, de cuerda, cuero o telas, cuya función es la de aislar los chakras inferiores de los superiores. Varias órdenes incluyen para ciertos grados anillos destinados a los dignatarios de la orden. Esos anillos son distintivos de final de jerarquía, pero también instrumentos magnéticos poderosos.

Se utilizan zapatos, zapatillas o sandalias especiales para aislar o conducir la energía según los casos. La mayor parte de los rituales se practican con la cabeza descubierta, pero según los grados o el trabajo que se debe efectuar, se usan cofias, tiaras, coronas, mitras o sombreros. Sería interesante poder desarrollar la explicación de los diferentes circuitos de energía puestos en actividad según los trajes utilizados.

Además de los objetos citados, cetros, espadas; etc., encontramos según las ceremonias y sobre todo según los mitos utilizados, una gran variedad de instrumentos a los cuales se atribuye una virtud o un sentido simbólico muy superior al propio útil y que sirve de instrucción filosófica y moral para los socios.

En algunos rituales se utiliza el simbolismo de los animales. Los más significativos son los que simbolizan los Evangelios presentes en la Esfinge Tetramorfa, o sea: el Angel, el Aguila, el Toro y el León. En otras partes, se encuentran el Pelicano, el Fénix, la Serpiente y la Paloma, etc.

Se utiliza también con los mismos fines de instrucción todas las formas geométricas simples: circunferencias, diferentes triángulos, pentágonos, y exágonos, etc. Además esas formas pueden servir de condensadores y ser magnetizadas o servir como protección, o como emisoras de energía. Se podría utilizar, por ejemplo, con este fin el emblema de la Sociedad Teosófica que es un conjunto perfecto de formas geométricas muy significativo.

A estos objetos se añaden las luces, las velas y los cirios, que deben ser siempre de cera virgen de abejas o de aceite de oliva puro. Debe de ser preferencia utilizar las luces vivas a la luz eléctrica. Estas luces, colocadas según una disposición geométrica, son encendidas al comienzo y apagadas al final de los trabajos. El número varía, de tres como mínimo para llegar a un centenar en algunas ceremonias. Ciertas entidades elementales están unidas a estas luces y entran en actividad al momento de encenderlas.

Pueden distinguirse dos categorías en el conjunto del ritual. Primeramente, los rituales que utilizan la abstracción de un mito, de una leyenda de Hiran, constructor del Templo de Salomón, la leyenda de Zorobadel, la leyenda de Christian Rosenkreuz, la ciencia de los números, la Kabala, la Astrología. El conjunto del ritual y de la decoración recuerda los hechos principales de esas leyendas, pero que centra la acción en una época o en un lugar determinado: Templo Egipcio, Templo de Mytra, Caverna Sagrada, Templo de Salomón, etc. Sea como sea, nosotros estamos siempre en un lugar convencional y fuera del tiempo presente.

Eso hace que muchos de los rituales se celebren a horas simbólicas, a mediodía o cuando cae la noche. Debemos revelar ahora las palabras de

uno de los Maestros de Sabiduría: «El esfuerzo de sincronización de la acción no concierne el elemento tiempo sino más bien a la unidad de intención y de objetivo».

Hemos repetido en varias ocasiones que todo es energía, fuerza, vibración. Esta es la razón fundamental por la cual utilizamos todo lo que es vibración en nuestro mundo físico, lo que nuestros sentidos nos permiten percibir. Hemos dicho que el sentido principal del séptimo rayo es el olfato y es por eso por lo que usamos el incienso. La mezcla de los inciensos es una ciencia que debe dominarse antes de practicar ritos, ya que cada uno corresponde a un tipo de energía. Abramos aquí un paréntesis importante: la eficacia de un ritual puede ser fuertemente disminuida si en la asistencia hay personas que despiden olores corporales y más si a ellos se añaden perfumes fuertes. Estos olores persistentes impiden la concentración y rompen la armonía.

El sentido del oído juega un papel importante; las músicas deben ser escogidas con sumo cuidado. Varios grandes compositores estaban iniciados en estas órdenes y han creado para ellas trozos de música escojida y apropiada: Mozart, Beethoven, Sibelius, Wagner, C. Frank y bastantes más. Las palabras deben pronunciarse de forma clara y diferenciada.

También se utilizan gogns, campanillas y timbales. La vista es impresionada por los colores. Generalmente los Templos o locales utilizados se cubren por tejidos, los altares con manteles. El conjunto de los trajes forma una armonía visual.

Los principales colores son, el violeta y el azul como colores receptivos, símbolos del cuerpo físico, el rojo como color dinamizante del espíritu. Por nuestra parte no conocemos ningún ritual que utilice el marrón.

Algunos rituales, utilizan el verde claro. Es evidente que la mayor parte de las organizaciones, que no tienen la suerte de disponer de un clarividente, utilizan los colores no compuestos, mientras que en algunas órdenes muy ocultas son escojidos con gran cuidado para lograr hacerlos corresponder con los colores astrales, cosa que no es nada fácil. Se obtienen de este modo anaranjados sutiles, rosas y azules pastel. Como decíamos antes para los perfumes y los sonidos, las vibraciones del color tienen su contrapartida en los planos más sutiles o elevados de la conciencia.

CONCLUSIONES

Es necesario llegar a ciertas conclusiones de este largo y, yo soy plenamente consciente, imperfecto relato o exposición.

Sobre toda la tierra existen asociaciones que utilizan rituales y que día tras día, sirven de órganos de difusión de las fuerzas cósmicas sobre el plano físico, de una forma consciente o no. La nueva era verá el desarrollo cada vez más grande de estas organizaciones. Los rituales se harán cada día más eficaces.

Es muy probable que otros rituales nuevos se transmitan a los hombres por la Jerarquía. Nota muy importante: un rito no puede ser creado por cualquiera. Esta no es una cosa que se improvisa, ni aún con las indicaciones que yo acabo de exponer ni con otras informaciones que puedan encontrarse en los libros.

Lo menos grave sería el no obtener ningún resultado, pero lo más seguro, lo peor, sería llegar a un resultado negativo que podría conducir a un desastre. Existe una importante colección de rituales tradicionales. Ellos pueden ser practicados siempre que se haya recibido una transmisión de poderes durante una ceremonia por personas calificadas. Por otro lado, algunos de estos rituales han sido aprobados por la Jerarquía y para nosotros eso es garantía de eficacia. Apesar de ello, sabemos por experiencia, que aunque las formas sigan idénticas a pesar del transcurso del tiempo, el ritual puede perder su valor dinámico a causa de la deficiente calidad de sus participantes. Esta es la razón por la que debe ejercerse una vigilancia constante sobre la estricta observancia de los ritos y sobre todo el nivel espiritual de los miembros.

Para terminar, diremos por nuestra parte que la audición de conferencias, el estudio de libros y las discusiones de grupos tienen poco valor para la difusión de la energía de la Jerarquía en el mundo. Esto no hace más que nutrir la mente de ciertas personas bien intencionadas, y aunque puedan eventualmente adquirir grandes conocimientos teóricos, será totalmente inútil si estas personas no trabajan diariamente, por ejemplo, en la difusión de estas teorías. Las únicas cosas que tienen verdaderamente valor para los Maestros de Sabiduría y el bien del mundo, son hombres y mujeres que progresen atrevidamente en el camino de la Iluminación por la ascensión y la práctica constante de la meditación, ofreciéndose ellos mismos como canales purificados a la transmisión de la energía por el ritual y la acción. El Maestro de Sabiduría antes citado, ha dicho:

«SOLO TIENE VALOR PRACTICO LO QUE ES UTILIZADO EN LA VIDA CORRIENTE Y SOLO ESO PERMANECE VIVO.»

El deseo de ayudar a otros es la más potente fuerza por la que nos ayudamos a nosotros mismos.

G. S. ARUNDALE

No hay mal posible para un hombre de bien ni en esta vida ni fuera de ella, ya que los dioses velan por su suerte.

PLATON



Observaciones sobre la naturaleza de la materia

por I. K. TAIMNI

¿QUE ES VIDA?

Usamos la palabra vida en un amplio e indefinido sentido y empleamos la palabra mente para una extensa sucesión de fenómenos que están asociados con la conciencia; asimismo, se usa la palabra vida para señalar una gran variedad de procesos naturales y expresiones, algunas de las cuales tienen muy poco en común. Algunos dicen que la conciencia es un producto de vida y materia, otros que es la capacidad de un organismo para mostrar características tales como crecer y declinar, etcétera. Todo esto indica la falta de claridad en los conceptos y la necesidad de clarificar nuestras ideas al respecto.

Puede haber alguna excusa para esta confusión de ideas en el caso del biólogo que estudia la vida fenomenal en un restringido campo muy superficialmente y no es consciente de la naturaleza de un gran número de fuerzas, de las cuales la vida en un organismo físico es la más externa expresión; pero no puede haber justificación para esta incertidumbre y carencia de ideas claras para el estudiante de Ocultismo que tiene a su disposición algunos conocimientos de las diferentes clases de fuerzas que actúan sobre el organismo y de los distintos estados de realidad que están oculto bajo la externa expresión física. Por ello, tratemos de comprender y, si es posible, contestar a la pregunta ¿qué es vida?, a la luz de un más vasto y profundo conocimiento concerniente a la naturaleza del universo, pero debe entenderse que nos estamos refiriendo a la vida en el sentido en que un biólogo emplea esta palabra y no en el más generalizado sentido que indica la clase de existencia de un individuo o los acontecimientos de su vida.

Considerando esta cuestión, será necesario que recordemos, aunque brevemente, algunas de las fundamentales doctrinas de la Eterna Sabiduría concerniente a la esencial naturaleza del manifestado universo. Nunca tendremos la visión correcta de una cosa a menos que conozcamos el todo, de lo cual, esa cosa, es una parte y dónde y cómo encaja esa parte en el todo.

Puesto que la vida es sólo un aspecto del total fenómeno al que nos referimos como el universo, es necesario, primero, pensar en la Realidad de la cual es una parcial manifestación.

De acuerdo con la doctrina Oculta, hay sólo una última Realidad en la existencia, y las diferentes realidades de existencia, tales como conciencia, mente, naturaleza y vida, son derivadas de esa Realidad. La relación de estas diferentes derivaciones entre sí ya la forma en cadena en que derivan, se han explicado anteriormente. Nos bastará recordar, de manera general, que el universo objetivo y la percepción subjetiva de ese universo o materia y la conciencia son dos polos opuestos, expresión de que la Realidad Una y la percepción están relacionadas entre sí. Las tres son realmente tres expresiones de la misma Realidad. La ciencia física nos ilustra de cómo

una cosa puede funcionar en tres direcciones de este modo:

Tomar el caso de la luz iluminando un objeto físico. ¿Cuál es la naturaleza de la iluminación? Luz. ¿Cuál es la naturaleza del objeto físico de acuerdo con la física moderna? Luz oculta o radiación, y el curso de iluminación del objeto por la luz del foco es la verdadera esencia del fenómeno luz.

Otra fundamental doctrina del Ocultismo es que la conciencia y la materia son dos polos opuestos y la manifestación no es sino la interacción de estos dos productos. Estos dos polos opuestos tienen el nombre de Purusha y Prakriti en la filosofía Samkhyan, y pueden ser consideradas como subjetivas y objetivas realidades del universo en general. Si encontramos vida presente en un vehículo organizado, que es la reunión fundamental de conciencia y materia, debe comprobarse la naturaleza de vida en esta interacción de conciencia y materia, pero esto no quiere decir simplemente y de manera general que la vida es un producto de interacción de conciencia y materia. Tenemos que profundizar en la materia y examinarla con todo detalle. Hay otros productos en esa interacción y vamos a ver cómo esos productos están relacionados entre sí.

La mente es un producto muy importante de conciencia y materia, la cual está presente en la forma de un vehículo organizado. Cuando la conciencia entra en contacto con un vehículo que vive en el mundo mental se eleva el campo de la conciencia. La relación de estos dos primarios productos de la interacción de conciencia y materia, los dos polos opuestos en manifestación, están claramente representados bajo estas líneas.

En el diagrama vemos que la línea AB es el límite entre los dominios de la conciencia y la materia. Al encontrarse, ambas son afectadas. Los cambios producidos en la conciencia como resultado de este encuentro e interacción son los fenómenos que asociamos con la conciencia. Los cambios en la conciencia y, por tanto, de naturaleza de conciencia. Los productos de estos cambios tienen cualidades de conciencia, especialmente la de su parte subjetiva. Hemos visto en un diferente contexto que la mente es sólo una modificación de la conciencia o una diferenciada forma



de conciencia y, por ello, esencialmente de la misma naturaleza que la conciencia. Vemos que en todos los actos de percepción, la conciencia es el sujeto real. La mente representa la parte subjetiva en la manifestación. De hecho, cualquier acto de percepción, a cualquier nivel, es un acto de la mente o tiene lugar a través de la mente. Sin embargo, detrás de la mente está el sujeto real o perceptor, que tan pronto como la mente interviene, la conciencia o veedor ve a través de la mente.

Los cambios producidos en el mecanismo objetivo o vehículo como resultado de la interacción de la conciencia y la materia son, estrictamente hablando, vida fenomenal.

La vida es, pues, el resultado de la interacción de la conciencia y la materia, en cuanto puede verse en el vehículo material objetivamente, usando la palabra materia en su más amplio sentido, incluyendo superfísicos grados de materia. Así, la vida está relacionada al vehículo y está asociada a éste, del mismo modo que la mente está relacionada con la conciencia y está en los dominios de la conciencia. Esta relación se ve en el diagrama.

La anterior referencia a la vida y el lugar que ocupa en los fenómenos de manifestación nos muestra no sólo su relación con las otras variedades de existencia, tales como conciencia, mente, materia, etc., sino que también nos capacita para ver la vida fenomenal en su correcta perspectiva y no la confundamos con otra clase de fenómenos; esta perspectiva es una visión general basada en un principio que nos orienta para exteriorizar la idea hasta los invisibles superfísicos reinos en la Naturaleza.

Donde quiera que hay un vehículo organi-

zado, en el cual están trabajando diferentes fuerzas, hay vida de alguna forma. De hecho, la vida es la expresión de esas fuerzas en los diferentes vehículos inertes que están destinados a ser puramente vehículos materiales.

La vida física en un cuerpo es un vehículo que está en contacto con Atma, que es el espíritu del hombre. Cuando Atma lo abandona, se rompe el contacto y la interacción cesa, el cuerpo se convierte en un conglomerado de materia sin vida, muerto. Vemos, pues, cómo el contacto del vehículo puramente material con la conciencia es un requisito previo para la presencia de vida fenomenal del más elevado orden, y los fenómenos que tienen lugar sin tal contacto pertenecen a la más baja categoría y trabajan de acuerdo a las leyes de la insensible materia; un cuerpo muerto es simplemente un agregado de átomos y moléculas que siguen las leyes de la materia inerte; y cuando no hay fuerzas que lo conserven como un vehículo organizado, se desintegra. La misma relación de conciencia, mente, vida y materia rige en el astral y en los más bajos planos mentales. Cuando Jivatma abandona un cuerpo sutil que funciona en esos planos, el cuerpo se desintegra lentamente, muere. Esto es lo que ocurre cuando la individualidad con los tres más altos principios deja los tres cuerpos de la personalidad, uno después de otro, en el proceso de separarse después de la muerte del cuerpo físico.

Mirando el problema desde este punto de vista y considerando la vida como un fenómeno que tiene lugar en un vehículo organizado como resultado de la conciencia tomando contacto con dicho vehículo, vemos, estrictamente hablando, que el fenómeno vida en el ordinario sentido se extiende sólo al nivel del más bajo cuerpo mental en los tres temporales mundos, en los que funcionamos como personalidad a través de vehículos organizados.

En los mundos espirituales más elevados de la Individualidad, donde los vehículos son atómicos, la vida fenomenal, en el sentido en que nosotros la entendemos aquí, en el mundo físico, no puede existir. Por tanto, si no hay vehículos organizados de la clase que nosotros concebimos, no podemos decir realmente que el producto de la interacción de la conciencia con el vehículo, tanto como sus efectos sobre él, sea una vida fenómeno en el sentido ordinario. Pero el hecho es que esos más altos vehículos que no son sujetos que periódicamente nacen, crecen, declinan y mueren, nos muestran que la vida en su ordinario sentido no existe en los planos espirituales. Las principales características por las que comprendemos la vida son: nacer, crecer, declinar y morir. Si estas características no existen en los planos espirituales no tiene sentido designar el producto de la interacción de la conciencia y el vehículo con la palabra vida.

La verdad es que hay un desenvolvimiento de mente, conciencia y evolución de vehículos, pero esto no es lo mismo que crecer. Crecer es un fenómeno que está relacionado con declinar, y lo opuesto a ello, como nacer, es un fenómeno que está relacionado con morir, y es lo opuesto a la muerte, pero el desenvolvimiento de la mente y la conciencia en los planos espirituales es un proceso irreversible. No evolucionamos para después empezar a declinar. La evolución sigue hasta lo infinito. «Luz en el sendero» dice: «El alma del hombre es inmortal y su futuro es el de una cosa cuyo crecimiento y esplendor no tiene límite. Así, es obvio que la vida, en el sentido que damos a esta palabra, está confinada a los tres planos, en los cuales la temporal personalidad del hombre funciona y los cuerpos sujetos al ciclo de nacimiento, crecer, declinar y morir.

A veces usamos la palabra vida un poco libremente en relación con el Logos de un sistema solar en frases como «vida del Logos», etcétera. En tales estamentos la vida fenomenal en su macrocósmico aspecto puede también ser estrictamente considerada como confinada a los tres mundos más bajos, en los que los vehículos de la personalidad funcionan.

La totalidad de vida fenomenal en los vehículos organizados de los tres planos más bajos puede considerarse que son la vida del Logos, del mismo modo que a los diferentes planos del sistema solar los podemos considerar como sus «cuerpos» o vehículos de conciencia; pero para usar la palabra vida de un modo general, para expresiones implicadas en las manifestaciones del Logos en los planos espirituales más elevados, es obvio el resultado, es libertad de pensar y libertad de expresión de pensamiento.

Meditación sobre el Atma (I)

por JEANINE MILLER
M. S. T.

Todos estamos enterados de la ley de la vida interna:

«Cuando el discípulo está dispuesto, el Maestro lo está también.»

Cristo Nuestro Señor se refirió a esto de forma distinta, pero con significado similar. «Buscad y hallaréis, pedir y se os dará, llamad y se os abrirá.»

¿Cómo buscamos, cómo pedimos? Esto es lo esencial. Pocos buscan con todo su ser, pocos buscan con fervor, profundamente, verdaderamente. Tal pobreza de verdaderos buscadores, de verdaderos descubridores, hace que muchos sean escépticos acerca de la Búsqueda del Atma, acerca de la posibilidad de hacerse uno con la fuente de nuestra vida y objetivo de nuestros esfuerzos. Tanto es así que he oído a miembros de la Sociedad que han hecho la terrible aseveración de que la conciencia átmica no es posible para nosotros en la quinta raza raíz, cuarto globo y cuarta ronda en que nos encontramos. Tal negativa no es digna de miembros de una Sociedad que fue fundada para guiar a la élite de la evolución intelectual por los caminos espirituales (estas son palabras de una de las Cartas de los Mahatmas), y promover así la regeneración espiritual del hombre, y no su curiosidad intelectual. No se esperaba que brilláramos intelectualmente, aunque en cuanto se refiere al mundo esto podía ser útil. Por lo tanto debía ser un vasto esfuerzo espiritual para mostrar a los hombres, para que tuvieran un impacto más profundo del que pudiera tener cualquier movimiento intelectual. Pero si esto es así, ¿habremos realmente comprendido que para mostrar espiritualmente el camino a otros debemos conocer espiritualmente más que los que tratamos de ayudar? Para ser como lámparas ante el mundo, antes que nada debemos individualmente conocer algo del Sendero espiritual, y no en teoría por medio de los libros, sino en la práctica (gran diferencia), porque lo hollamos, pues al tratar de conseguir un cierto grado de integración espiritual, intentamos hacernos merecedores de la sabiduría que nos ha sido confiada. Nadie que realmente actúe así puede negar la posibilidad de la realización átmica aquí y ahora; ello sería como socavar las verdaderas bases de nuestro ser interno y el faro de esperanza que nos han sido dados por medio de nuestras doctrinas y por nuestros Maestros. Ningún derrotista puede ser portador de luz, ningún derrotista puede ser un guía espiritual; ni guiar espiritualmente significa tan sólo la presentación de ciertas doctrinas, como tan a menudo se ha interpretado erróneamente, sino realmente profundizar la verdad en su vida, averiguar por nosotros mismos la esencia de su significado, en otras palabras, vivir la Vida, tal y como la reprodujeron nuestros líderes primeros. No podemos esperar abrir las mentes de los hombres a la sabiduría a menos de que antes no la hallamos encontrado en nuestros corazones, y a no ser que estemos basados, no en meras teorías —como tan frecuentemente sucede—, sino en la verdad, o sea, en el fuego de la experiencia individual.

Podemos exponer las doctrinas de las Rondas y Razas, Globos, Cadenas, etc.,

pero debemos tener cuidado en no ser absorbidos por ellas. Sin duda, son parte del magnífico panorama del cosmos, la magia de Mahat, la Mente Universal, campo de experiencia que proporciona a cada partícula de vida los medios para el desarrollo, y está bien que comprendamos cómo funciona todo ello. Pero no perdamos de vista la gran verdad de que hay una puerta a mano, cerca de nosotros, de que el hombre tiene dentro de él una chispa de Deidad, esa llama-espíritu sin fronteras, en la cual, por la cual y por medio de la cual todas las cosas evolucionan hasta su perfección determinada. Por medio de estos podemos cortar o atajar a través de las rondas, razas y globos buscando su más interno centro, proeza que es más grande porque allí se encuentra la ultérrima brillante llama que ordena todas estas cadenas y globos en su continuo infinito peregrinaje, esa ultérrima chispa que al mismo tiempo le libera de su esclavitud.

¿No expone esto Shri Krishna Prem de forma clara en su comentario a las Estancias del Dzyan de la Doctrina Secreta? ¿Y no llegaron a esta realización los Maestros a los que debemos nuestras doctrinas?

Así escribe Shri Krishna Prem:

«"La enseñanza interna" ha sido tomada frecuentemente por sus símbolos, y la vida interna del espíritu, el hollar el Sendero de Liberación ha sido aprisionado por vastas y laboriosas formas mentales, las cuales, bien adoptadas o por sí mismas, presionan el corazón y reprimen el vuelo ascendente del espíritu. Fundamentar entre ciclos de un pasado y de un futuro sin fin, enredados en un laberinto de Rondas y Razas enraizadas en planos y senderos, hace que frecuentemente el corazón del discípulo esté oprimido y olvide que la Paz Eterna está alrededor de él y dentro de él, aquí y ahora. Si usa el Ojo de la Sabiduría que está dentro de su alma, incluso entonces los revueltos cielos se contraen hasta ser un punto y cesan; el tiempo y los grados desaparecen y solamente el gozo de la unidad permanece, puesto que ahora, y no en oscuro pasado o en un más oscuro futuro, "todo es un número emanado del no-número". Es por tanto dentro de nosotros donde hemos de buscar la Verdad. Recogiendo nuestra conciencia de la corteza de las formas materiales, debemos prestar atención a las verdades vivas de las cuales las formas no son más que una forma cristalizada. Ni, aunque existan dificultades debidas a nuestras costumbres inveteradas de carácter externo, es esto de ninguna forma imposible para nosotros **aquí y ahora**... Nunca se dirá lo bastante enérgicamente que ahora, en este mismo momento y por nosotros mismos, la Sabiduría Divina está a nuestra disposición. Dentro de nosotros, ciertamente nosotros, los Hijos del Fuego están haciendo retumbar su sabiduría, nacida de la Llama madre. No en remotas cuevas de los Himalayas y sólo a ciertas almas excepcionales, sino que aquí, en las cuevas de nuestros corazones, se enseña la verdad; somos nosotros los que no escuchamos y llenamos luego la tierra y el firmamento con clamores, lamentándonos como niños enfadados de lo que consideramos nuestra situación desesperada. "Escuchad, hijos de la tierra, a vuestros instructores los Hijos del Fuego", quienes están dentro de vosotros y a vuestro alrededor por todas partes.»

¿Negaremos que Shri Krishna Prem era un hombre que realizó a Dios, que las páginas de sus libros brillan con el fuego del espíritu, que el conocimiento obtenido por la experiencia, que la sabiduría de esa iluminación, hace al hombre ser más hombre? Negar esto es tanto como admitir nuestra propia ceguera. Como dice Shri Krishna Prem, «no podemos apercibirnos de nada externo a nosotros si antes no lo poseemos dentro de nosotros». Poseemos todo en potencia, pero si no está suficientemente desarrollado no lo veremos en los demás. Shri Krishna Prem fue un inglés corriente. Nosotros somos seres humanos corrientes, la chispa divina mora dentro de cada uno de nosotros y si se la alimenta adecuadamente arderá

hacia fuera de forma tal que será un potente fuego que nada podrá extinguir, cuya iluminación, ni cadenas, ni rondas podrán retrasar. ¡No neguemos esto!

Todo lo relacionado con el Atma es muy sagrado, muy solemne y, a veces, muy severo. Solemos apartarnos apegándonos al agrado de los sentidos, a lo que conocemos, al yo inferior, y la razón inventa toda clase de argumentos que imposibilitan embarcarnos en la única aventura, el único objetivo establecido para el hombre. Cierto es que tal aventura está llena de trampas, pero así es la vida, y la aventura es la vida. En una ocasión vino a mí un hombre que manifestó haber sido iniciado en ciertas prácticas que le ayudarían en la realización del Atma. Pero algo debió ir mal, y dicha persona no continuó con la práctica. Tardó siete años, según admitió, en conseguir lo que fuere. «Después de todo —manifestó— éste es nuestro mundo.» Cierto. Este es nuestro mundo mientras evolucionamos y nos apegamos a él.La cuestión es: ¿deseamos a Dios o el mundo, el Atma o el fenómeno? La elección es nuestra. La búsqueda del Atma puede representar la cesación de tomar, poseer, aferrarse. Puede representar volver la espalda a todo lo que es conocimiento fácil, incluyendo quizá todas las magníficas doctrinas que vislumbramos bajo la etiqueta de la sabiduría antigua, pero que al realizar el Atma ¡pueden parecer tan diferentes! Esto no significa el abandono del mundo, sino hacerle frente más bien, aunque de forma distinta. Significa someter la mente, ese tesoro que el hombre ha construido durante edades sin fin, y cuanto más desarrollada y provista sea, más difícil será el sometimiento, el sacrificio. Aquellos que han encontrado el Atma, incluso si ha sido tan sólo como un destello, saben cómo a través de ese simple destello se ha transformado el mundo, cómo la comprensión ha ahondado a un grado infinito, cómo el velo, a pesar de su belleza, que el hombre ve, se reconoce como algo que esconde la aún más bella faz del Uno, el Bienamado, la de Dios, que todo lo abarca. Al regresar de la noche de nuestro diminuto yo, usando la expresión de K. Gibram, al día de nuestro yo-Dios, ¿qué hemos perdido? ¡Nada! Lo pequeño en nosotros busca su propio despertar, es también parte del Gran Uno, ¡ayudémosle!

Verdad es que debemos ser valientes, éste es quizá uno de los más importantes requisitos previos, porque desconocemos realmente lo que nos espera, excepto que el Atma no soporta lo impuro, lo egoísta, el orgullo, el yo entronizado y que todas estas cosas serán quemadas, arrasadas, pulverizadas a su contacto, y en este proceso podemos lastimarnos.

Cuando Cristóbal Colón proyectó el viaje exploratorio hacia lo que presumía podía ser la India, no sabía verdaderamente lo que podría ser de él ni de lo que encontraría al final, y durante días y días, semanas y semanas, no veía más que agua. Esta imagen gráfica de la nada, con excepción de las movientes aguas y del firmamento tranquilo o tormentoso, puede aplicarse a nuestra aventura en busca del Atma. Colón tuvo valor y capacidad para sacrificar sus pequeñas comodidades e ir en pos de algo que él consideraba más grande que la suma total de ellas. Esto viene muy bien al caso, ya que el Atma demanda sacrificio, sacrificio de muchas cosas que podemos considerar como muy queridas, pero que no son en realidad importantes. «Verdaderamente, dice K. Gibram, el anhelo de comodidad mata la pasión del alma, y así camina haciendo muecas en el funeral.»

Colón debió de tener fe, fe en la victoria final, confianza en su propio poder de sufrimiento (y desde luego en el de sus hombres), y esperanza, el faro de luz que alumbra nuestros esfuerzos, proporcionando luz y haciéndolos más ligeros. También nosotros necesitamos fe, valor, confianza, esperanza, pureza, autosacrificio. En el grado actual de la evolución, esto no es esperar demasiado. Pero es cuestión de dirigirlo todo hacia el camino correcto, hacia el objetivo único para el cual están destinados: el sendero hacia el Atma. Pues el destino del

hombre es el de conquistarse a sí mismo más que el de la conquista de la Luna o de los otros planetas, cuya conquista no es sino un reflejo externo de esa victoria interna que le hará ser no sólo el potencial, sino el lazo viviente entre el cielo y la tierra.

Si en la sociedad, o en cualquier otro centro esotérico, no mostramos en la forma de ser, nosotros mismos, expresiones de esta aventura y pioneros de este esfuerzo, si al menos no hacemos el intento, o peor aún, si negamos esta posibilidad en la época actual, ¿cómo podemos ser guías para otros?

¿Qué es el Atma? Podemos encontrar muchas derivaciones y analizar la palabra, pero dos de ellas son importantes: **an**, respirar, y **tma**, yo-idad. Así, pues, tenemos en la raíz de la palabra la ultérrima, original idea por la que la palabra puede ser replanteada: **respiración** y **yoidad.** El proceso corporal más íntimo del cual la vida depende es la respiración. En toda la antigüedad, la íntima relación entre respiración, viento y espíritu se evidencia de forma patente en el término griego pneuma y en el latino anima. En el Rig Veda el viento se identifica como el espíritu del dios Varuna: «el viento, tu atma, ha sonado a través de las regiones». «El viento, atma del mundo. Este dios viaja de acuerdo con su voluntad. Se oyen sus sonidos, sus formas no se ven» (VII.87.2 y X.168.4). «El viento sopla de donde quiere, y oyes su sonido; mas ni sabes de dónde viene, ni adónde va: así es todo aquel que es nacido del Espíritu» (Juan, 3.8). Característicamente, el néctar de inmortalidad se guarda asimismo en el hogar del Viento-dios, así como también en el tercer cielo.

El viento es similar al aliento, pero el aliento no es la energía vital o prana que subyace en él: el aliento es la más vasta y externa manifestación del prana. Además, el prana no es el Atma, sino una de sus manifestaciones externas y una de las más importantes, porque sin prana no hay vida. Prana puede considerarse como aliento de Atma y, por lo tanto, como lazo de unión entre el ser interno y externo. De ahí la identificación que los antiguos hacían entre el viento, el aliento y el espíritu. Los yoguis de la India comprendieron que nuestro aliento puede utilizarse como instrumento de control sobre el prana, por medio de lo cual ellos podían abrir los varios chakras o centros de energía, y como consecuencia de ello los planos de la conciencia, hasta llegar al íntimo de todos.

¿Es el Atma el YO, el Yo superior? El Budismo niega que haya un Yo permanente y en ello tiene razón. Pues el Atma en su último significado es esa Llama de vida universal, o Chispa encendida desde el principio, en la cual cada uno de nosotros participa, y en la cual solamente hallamos nuestra común igualdad, unidad, ser, o Padre celestial como Cristo le llamaba, y que H. P. B. considera como nuestra tabla de salvación, el Yo Universal. Es lo último a que nosotros como seres humanos podemos llegar. Ella dice:

> «Sólo Atma es lo único real, y substratum eterno de todo, la Esencia y el Conocimiento Absoluto».

¿Podemos realmente definirlo, tocarlo, cogerlo, imaginarlo, convertirlo en exclusiva propiedad nuestra, en nuestro yo? No. De nuevo ella dice:

> «El Atma **no** es un principio individual, sino una radiación de y uno con el Logos Inmanifestado».

¿De qué modo, pues, podemos alcanzarlo, experimentarlo? Viviendo, meditando, rindiéndonos. Viviendo en el más profundo sentido de la palabra, intensamente, sabiamente, altruistamente; rindiéndonos en perfecto olvido de nosotros mismos en aras de lo que concebimos como lo más elevado. Esta clase de vida es como la piedra de toque de uno que se dedica al Atma, una total necesidad de armonizar nuestra vibración ordinaria con las vibraciones átmicas, que son mil veces más refinadas, y destructivas de toda impureza. La totalidad de nuestro ser ha de armonizarse, elevarse, integrarse, totalizarse y, por tanto, santificarse.

Viviendo con fe, confianza, como un niño que se extasía maravillado ante una salida de sol; o como la flor, que vive inconscientemente pero ardiendo en ansias de abrirse al aire y a la luz, según reza «Luz en el Sendero».

Viviendo **con Amor.** Parémonos un momento en esta palabra, tan denigrada, tan degradada. La verdad del Amor se niega por muchos de fuera de la Sociedad, clamando que sólo se refiere a las mujeres románticas, y otros alegan que H. P. B. nunca lo menciona en su Doctrina Secreta. **Esto es falso.** El conocimiento-sabiduría que ella dió, dijo que era la sabiduría antigua que se hallaba en todas las escrituras sagradas del mundo, reverenciándolas heróicamente, especialte en las de los Vedas de la India, como es evidente. Cuando las cita, lo hace con su aprobación, y con un propósito, el de mostrar la verdad:

En el libro III de la Doctrina Secreta muestra la inmensa importancia del Amor:

> «Kama... es en el Rig Veda la personificación de ese sentimiento **que guía y conduce a la creación».**

Volviendo al libro I, hallamos el siguiente significado de **Kama:**

> «En el principio, eso que en fraseología mística se llama **«Deseo Cósmico»** se desenvuelve en luz absoluta.»

Y en el libro III dice:

> «El deseo cósmico fue el primer movimiento que agitó al UNO... para crear (después de su manifestación, desde el principio puramente abstracto). (Citándolo del famoso himno de la Creación que está en el Rig Veda) dice: «El deseo fue lo primero que surgió en Ello, el cual fue el primer germen de la Mente...»

Tal vez H. P. B. evitó la palabra **amor** en virtud de ciertas connotaciones (cristianas u otras), y se sirvió de la palabra deseo en su lugar. ¿Qué importancia tiene la palabra que se use?

Un himno en el Atharvaveda (ella sigue diciendo) exalta Kama a un supremo Dios y creador:

> «Kama nació el primero. Ni Dioses, ni Padres, ni Hombres le han igualado». «El Atharvaveda lo identifica con Agni, pero lo considera superior a este Dios» (página 183).

Agni es en verdad un aspecto de ese deseo o amor cósmico, que es el fundamento del cosmos, la raíz de nuestro ser.

No podemos apartarnos del amor. La admiración por lo grande, por lo bello; el deseo de crear una obra de arte, de modelar un pequeño niño, el auto-ofrecimiento silencioso, la valiente vindicación de la verdad, y la aspiración a lo eterno, todas estas son expresiones del amor. Hemos de comprender que sólo hay un poder, una ley, que se manifiestan a través de dos polos en este nuestro mundo de opuestos: atracción y repulsión, cohesión y separación, armonía y convulsión; ¿qué son estas cosas consideradas en términos humanos sino amor y odio? De la misma manera que detrás del gozo y del dolor está la beatitud —y el gozo expresa beatitud— así también detrás de lo que comúnmente se llama amor y odio está el Amor Divino que es voluntad espiritual hecha manifiesta, el **fiat** cósmico y creador, la propia expresión de la divinidad en creación, en acción, en suprema afirmación. El Odio es la positiva negación del Amor. Nuestro Señor, el Buda, dijo: «el odio no cesa por el odio, el odio se vence por el amor», afirmando así la suprema ley del universo. Al negar el amor negamos la propia fuente de nuestro ser, el poder que nos sostiene, como a todas las cosas, conjuntamente, y por medio del cual volvemos al UNO; negar el amor es mostrar una total ignorancia y una locura. El amor es el camino más rápido, seguro y simple para llegar al Atma. Si volvemos nuestra espalda al amor nos enfrentamos con la separatividad y es posible que, aunque lentamente, ello sea un resbalar hacia la desintegración.

Pero nosotros podemos meditar sobre

el Atma. Entonces empezamos a armonizar nuestros pensamientos sobre algo más elevado, más puro; nos armonizamos con el rayo interno que emana del Atma. Es en el silencio profundo en donde se halla la fuente principal de todas nuestras más grandes acciones, de aquellos hechos altruistas y piadosos que se expresan simplemente en y a través de nuestra conducta y a través de una envolvente actitud social. Cuanto más nos armonicemos con nuestro ser interno, tanta más fortaleza verdadera hallaremos y más nos convertiremos en poder para el bien del mundo.

Recordemos, empero, que cuanto pensemos, digamos o leamos acerca del Atma, ello no es el Atma, sino un concepto mental, una casa-prisión en la cual encerramos el reflejo de una brillante llama que nada en esta tierra puede coger. Podemos leer los Upanishads, el divino Plotino, el no menos divino Shri Krishna Prem, o al Meister Eckehard, o El Ghazzali y otros quienes a pesar de las rondas, globos y cadenas, elevaron sus conciencias para abrazar la divinidad y con su ayuda dar alas en nuestro camino hacia las elevadas cumbres a las cuales muy pocos intentan escalar. ¿Hallaremos por semejante lectura el Atma? No. Pues la lectura, el pensamiento, el estudio son procesos de la mente. El Atma está más allá de la mente; si usamos palabras —el lenguaje mental— sólo dibujamos aquí abajo en una dimensión que no puede por su propia naturaleza abarcar lo que es inabarcable. Automáticamente lo imaginamos según nuestro actual condicionamiento, le damos forma, contornos y por lo tanto lo retorcemos y achicamos. H. P. B. nos previene en contra de esto. Es así que si se produce alguna manifestación de lo divino, el devoto hindú cree que ve a Krishna o Vishnu; el devoto cristiano afirma que ha visto a la Virgen o a Jesús; cada uno viste lo divino en la forma que le es más familiar, pero el Atma no tiene forma, está más allá de tiempo, espacio, nombre. Ocurre a veces que aquél que ha tenido una genuina visión, animada por la luz divina, no puede aceptar ninguna otra, de otra persona, igualmente genuina y verdadera, si no se adapta a su propio patrón particular. Tan grande es el poder de la mente, el destructor de lo real. Cualquier visión que podemos tener, por atrayente e inspiradora que sea, ella no es el Atma, aunque tal vez esté inspirada por él. Comprendamos esto y perseveremos para ir más allá de la forma. Tal como Plotino dijo:

> «Pensamos en ello demasiado mezquinamente... No podemos separar lo Supremo y concretarlo; si hemos visto algo que se destaca, hemos fracasado respecto de lo Supremo, pues sólo podemos conocerlo cuando es como **uno** con nosotros.»

Notemos aquí la clave de la unidad, de lo uno, la suprema piedra de toque de la espiritualidad, tan bellamente encarnada por Annie Besant. Ella hablaba al hindú como hinduista, al mahometano como mahometana, al cristiano como cristiana, por lo tanto, elevándose por encima de todo condicionamiento, al entrar en contacto con personas ajenas a su propio terreno, se adaptaba y trataba de llegar al corazón de ellas, lo cual refleja la naturaleza del Atma, nuestra herencia común.

Sin embargo, para que haya comunicación, hemos de usar del lenguaje, pero al hablar y escuchar con todo nuestro ser, con sentimientos y pensamientos elevados al máximo, al punto más sutil de nuestra conciencia alerta, sabemos que a todo cuanto podemos aspirar por ahora es a una pálida idea de algo completamente más allá de nosotros; que al hablar, escuchar y meditar podemos sin embargo inflamarnos en un esfuerzo hacia lo profundo, para sumergirnos en esa absorbente hondura, que Shri Krishna resume así:

> «Yo soy la meditación silenciosa.»
> «En el silencio está el Atma» replicó el sabio Bhava, según Shankara.

Y el sabio Proclo describió lo Supremo como:

«La Unidad de unidades... más inefable que el silencio, y más oculta que toda esencia.»

El silencio es la puerta que guarda el umbral del Atma, de esa ingente montaña cuyas raíces están en las propias entrañas de la tierra, y que se eleva por encima de los radiantes picos nevados, hacia la bóveda celeste repleta de estrellas; el Atma envuelve toda la materia, y sin embargo está más allá de su toque; puro, libre, inconquistable, excepto por el valeroso y equilibrado, por el majestuoso y sereno ser; rey de la tierra, del cielo, del universo. Cuando brilla a través de los ojos del ser humano, entonces verdaderamente queremos arrodillarnos en silencioso culto y admiración... Igual que la montaña cuya altura reconoce todas las cosas, el Atma es, sin embargo distinto a ella, puesto que su visión es conocimiento, sabiduría, vida extasiante, abrumadora, victoriosa; su vida es todo lo que persiste, todo lo que llora, todo lo que silenciosamente guía, toda voluntad espiritual, que nada, en todo el universo, puede impedir; es lo que nos ha traído a nosotros, nosotros como seres humanos y a toda esta tierra nuestra, sobre la que estamos, y nos llena de gloria, inconcebible en el momento presente.

Entrando en el silencio —en la perfecta quietud de cuerpo, emociones y mente— el primero de todos nuestros descubrimientos es el de nuestra naturaleza interna, puesto que entonces todas nuestras tendencias ocultas, como emociones, pensamientos, represiones u otras cosas, surgen a la superficie. Observémoslas, veamos lo que pasa, y librémonos de ellas, puede que lo consigamos hasta en unos pocos segundos. Puede, tal vez, que ni nos demos cuenta de ellas.

Una vez se han apaciguado, una gran paz prevalece, un silencio muy grande, muy extraño, muy confortable. Puede durar un segundo o puede durar mucho rato. Durante uno de estos momentos de equilibrio, se pone de manifiesto un cierto ritmo de toda la persona, que los yoguis atribuyen a las corrientes pránicas. Estas corrientes fluyen hacia el exterior mientras estamos despiertos, según su propio y peculiar ritmo en cada individuo. Ahora este ritmo va menguando, hasta que llega a pararse. Entonces ocurre un extraño fenómeno, una completa reversión del ritmo; de una dirección hacia fuera, la corriente ahora se polariza hacia dentro, y el ser humano se siente conducido a un vasto todo que todo lo soporta, a una arrebatadora marea de corriente pránica —el gran aliento que fluye a través de todo— que ahora fluye hacia atrás, hacia su propio manantial. Esto es exactamente lo que ocurre en el momento de la muerte. La muerte no es más que la reversión de nuestro ritmo y con él un volverse hacia el interior de nuestros sentidos, prana, mente, y toda nuestra conciencia; la única diferencia es que en la muerte, el Atma ha querido la separación, no hay vuelta hacia el exterior; no así en la meditación. En la meditación profunda la entidad viviente se recoge con el aliento de vida hacia un punto extremadamente íntimo de oscuridad, el oscuro vacío de la nada, el vasto océano en el cual Colón salió por muchos días. Se dice que en este estado uno se asusta y se apega de nuevo a los sentidos, y todo se pierde! ¿De qué nos asustamos? Lo desconocido, el mar sin orillas, el vacío. Parece como si fuera un silencioso e insensible muro... Pero ¿no está Dios en todas partes, de tal modo que no cae un gorrión sin que vuestro Padre celestial se de cuenta de ello? ¿En dónde podemos caer que no estén los sempiternos brazos? ¿Estamos realmente convencidos de esto?, plenamente convencidos de que

«Si yo tomo las alas de la mañana y moro en los más remotos confines del mar; incluso allí me guiará tu mano... las tinieblas no te ocultan, pues la noche es como de día; luz y tinieblas lo mismo son para ti». «Salmos, 139).

(CONTINUARA)

Naturismo Psico-Yóguico - 5

Otros componentes de los alimentos

por Evolución

Se llama caloría a la cantidad de calor necesario para elevar un grado —y precisamente de 14,5 a 15,5°—, la temperatura de un kilo de agua a la presión atmosférica normal.

Existe una teoría para calcular el alimento necesario para cada persona, que se llama la teoría calorimétrica.

Según esta teoría, cada alimento se comporta como un combustible, por lo cual su potencia alimenticia se valora en calorías.

Un hombre de 1,70 centímetros de estatura, que teóricamente debe pesar entre 65 y 70 kilos, debe consumir en 24 horas las siguientes calorías:

EL AGUA

El agua es un líquido cuya fórmula química es H_2O, lo que quiere decir que en su combinación química entran dos partes de hidrógeno y una parte de oxígeno.

El agua se evapora a 100° C., se solidifica a los 0° C. y adquiere su mayor densidad o peso a los 4° C.

El agua se absorbe en el intestino de 20 a 40 minutos después de haberla ingerido, pasa a la sangre y una hora u hora y media más tarde ha sido eliminado todo el exceso por la orina.

En reposo absoluto	1.000 a 1.500 calorías
Vida sedentaria	1.500 a 2.000 »
Trabajo de intensidad media	2.500 a 2.800 »
Trabajo muy intenso	3.000 a 4.000 »

Estas calorías deben ser aportadas por los tres principios inmediatos en la siguiente proporción:

Sin agua sólo se puede vivir de 36 a 72 horas.

Protéicos	40 g. × 4,1 =	161 calorías
Grasas	30 g. × 9,3 =	279 »
Carbohidratos	600 g. × 4,1 =	2.460 »
Total		2.800 »

La teoría de las calorías se encuentra hoy un tanto en desuso, ya que importa más los alimentos de donde proceden las calorías que éstas en sí. Por esta razón no damos aquí ninguna tabla de calorías, ya que estimamos carece de utilidad en la práctica.

Las necesidades hídricas de nuestro organismo suelen variar mucho, sobre todo en función de la actividad y del clima.

Hay un mínimo de necesidades de agua en nuestro organismo, por debajo del cual no

podemos vivir. Este mínimo ha de garantizar un mínimo de orina de 300 ml. diarias, que nos permita excretar los productos de desecho del metabolismo, sin lo cual nuestro organismo se intoxicaría.

Se estima que las necesidades hídricas diarias de un adulto son de 1 ml. de agua por cada caloría de la dieta ingerida. El agua ingresa en el organismo y se elimina principalmente en la forma que se indica en el siguiente metabolismo hídrico:

INGRESOS (ingestión)

Bebidas	1.300 ml.
Agua contenida en los alimentos.	1.000 ml.
Agua de oxidación (unión hidrógeno alimentos con el oxígeno)	300 ml.
Totales	2.600 ml.

PERDIDAS (eliminación)

Orina	1.500 ml.
En las heces	200 ml.
Pérdidas insensibles (respiración, sudor, etc.)	900 ml.
(Pulmones ... ... 500 ml)	
(Piel ... ... 400 ml.)	
Totales	2.600 ml.

El agua debe beberse al menos media hora antes de las comidas o dos horas después, para no interferir la digestión, ya que si se toma durante las comidas, o inmediatamente después, diluyes los jugos gástricos y se retrasa la digestión.

CELULOSA

La celulosa es aportada por los envoltorios fibrosos de los alimentos vegetales, como el salvado de trigo y otros cereales, así como por las partes no digeribles de las verduras y las frutas.

La celulosa no puede digerirla el hombre, aunque sí la digieren los rumiantes y algunas aves por los jugos especiales de que están dotados sus aparatos digestivos.

Aunque no sea para el hombre un alimento propiamente dicho, es de gran interés en la alimentación humana, ya que aumenta el contenido de las heces fecales y sirve de escoba en el aparato digestivo, estimulando el peristaltismo intestinal.

El pan integral es mejor que el pan blanco, porque, aparte de otras ventajas, contiene una mayor riqueza de sales minerales y la celulosa que contiene el salvado activa el peristaltismo intestinal, combatiendo así el estreñimiento.

Si consumimos el pan integral y los arroces y harinas integrales habremos contribuido a suplir las necesidades de celulosa que nuestro cuerpo necesita.

SALES MINERALES Y SUS FUNCIONES

Nuestro cuerpo contiene, aunque en muy pequeñas cantidades, casi todos los minerales que existen en la naturaleza, los cuales se consumen constantemente y son imprescindibles para las diferentes funciones del organismo. Estos cuerpos, que en forma de sales minerales se integran como componentes del protoplasma vivo, realizan principalmente las tres funciones siguientes:

a) Son la base principal para formar huesos y tejidos.

b) Disueltos en los líquidos orgánicos condicionan el estado físico-químico necesario para la vida de las células.

c) Son insustituibles como constituyentes compuestos más complicados (hemoglobina, enzimas, hormonas, etc.).

Nuestras necesidades de vitaminas se especifican en la tabla siguiente:

Cloruro sódico (Cl Na) (sal común)	—	Unos 7 gramos diarios.
Potasio (K)	—	De 2 a 3 gramos diarios.
Sodio (Na)	—	De 4 a 6 gramos diarios.
Calcio (Ca)	—	De 1 a 2 gramos diarios.
Magnesio (Mg)	—	13 mg. diarios por Kg. de peso. 70 Kg. de peso = 0,91 gramos.
Hierro (Fe)	—	0,6 mg. diarios por Kg. de peso. 70 Kg. de peso = 0,42 gramos.
Cobre (Cu)	—	0,1 mg. diarios por Kg. de peso. Para 70 Kg. de peso, 0,007 gramos.
Manganeso (Mn)	—	0,3 mg. diarios por Kg. de peso. Para 70 Kg. de peso, 0,021 gramos.
Fósforo (P)	—	De 1,3 a 2,2 gramos diarios.
Azufre (S)	—	Pequeña cantidad aportada suficientemente en una dieta equilibrada. brada.
Cloro (Cl)	—	De 2 a 4 gramos diarios.
Iodo o Yodo	—	Fracciones de miligramo. Lo contienen las alubias, apio, arroz, castañas, cebolla, centeno, cereza, col, coliflor, espárragos, espinacas, guisantes, judías verdes, leche, lechuga, lentejas, mantequilla, harina de maíz, nueces, patatas, peras, plátanos, trigo, tomates, zanahorias, algas marinas y sal marinera.

Estas sales minerales podemos obtenerlas de los cereales, verduras, frutas, huevos, leches y sus derivados que tomamos en nuestra alimentación.

VITAMINAS Y SUS FUNCIONES

Las vitaminas son sustancias, aunque no alimentos concretamente, totalmente imprescindibles para nuestra perfecta salud. Se designan con las letras del alfabeto A, B, C, D, PP, E, K, etc., y se dividen en dos grandes grupos: hidrosolubles y liposolubles. Son hidrosolubles las que se disuelven en el agua, como el complejo B, la C, P y H., y liposolubles, la A, la D, E y K, que son solubles en las grasas.

Nuestras necesidades de vitaminas se indican en el cuadro siguiente:

VITAMINAS	Infancia	Adultos	Embarazo	Lactancia	Vejez
A - Caróteno U.I. Axeroftol	1.500 a 5.000	5.000	6.000	8.000	5.000
B1 - Ameurina mcg. Tiamina ng.	500 a 1.500	1.500 a 2.000	1.800	2.300	1.300

B_2 - Riboflavina mcg. Lactoflavina ng.	600 a 2.000	2.000 a 3.300	2.500	3.000	1.600
PP - Nicotinamida Niacida Vitamina B_3 mg.	4 a 15	15 a 23	18	23	13
B_5 - Acido Pantotérico mg.	6 a 10	12 a 15	15 a 20	15 a 20	10 a 12
B_6 - Piridoxol Piridoxina Adermina mc.	0,5 a 1	1 a 2	3	3	1 a 2
B_{12} - Cianocobalamina mcg.	1 a 5	2 a 10	10 a 15	10 a 20	2 a 5
C - Acido Ascórbico mg.	30 a 75	75	100	150	75
D - Engocalciferol Calciferol U.I.	400 a 600	400	800	800	300
E - Tocoferoles mg.	0,1 a 0,5	0,5	1 a 3	0,5 a 1	0,5
K - Filoquinona mg.	0,5 a 2	2	3	3	2
L - Acido folílico Acido Pteroil-glutámico mg. Folacina Vitamina Bc.	0,15 a 0,80	0,5 a 1	1,5 a 3	1,5 a 3	0,5 a 1

Estas vitaminas podemos obtenerlas de los cereales, frutas, verduras, huevos, leche y sus derivados que tomamos diariamente.

Evolución.

Los iniciados están seguros de ser partícipes de la compañía de los dioses.

PLATON

Como los misterios menores preceden a los mayores, así la disciplina debe preceder a la filosofía.

JAMBLICO

Mejor es abundancia de entendimiento que acopio de erudicción.

DEMOCRATES

POESIA

A UN OLMO SECO

Al olmo viejo, hendido por el rayo
y en su mitad podrido,
con las lluvias de abril y el sol de mayo,
algunas hojas verdes le han salido.

El olmo centenario en la colina...
Un musgo amarillento
le lame la corteza blanquecina
al tronco carcomido y polvoriento.

Antes que te derribe, olmo del Duero,
con su hacha el leñador, y el carpintero
te convierta en melena de campana,
lanza de carro o yugo de carreta,
antes que rojo en el hogar, mañana,
ardas de alguna mísera caseta.

Antes que el río hasta la mar te empuje
por valles y barrancas,
olmo, quiero anotar en mi cartera
la gracia de tu rama verdecida.
Mi corazón espera
también, hacia la luz y hacia la vida,
otro milagro de la primavera.

ANTONIO MACHADO

Noticias Varias

● *De acuerdo con el turno establecido con anterioridad entre Madrid y Barcelona, la Asamblea General de la Sociedad Teosófica Española tendrá lugar durante los días 15 y 16 del próximo mes de marzo en Madrid.*

● En Monsalbo (Italia) ha tenido lugar el encuentro del grupo UNITE, en el curso del cual se han efectuado estudios sobre Astrología desde los puntos de vista esotérico y psicológico, simbolismo de los planetas, etc., por medio de grupos de trabajo para profundizar sobre los planetas invisibles.

● **Comunica la Federación Europea la celebración de las distintas Escuelas de Verano:**

20 al 29 de junio, en Finlandia.

12 al 19 de julio, en Dinamarca, región escandinava.

24 al 31 de julio, en Alemania.

Ultima semana de julio, en Inglaterra.

23 al 30 de agosto, en Bélgica, Países Latinos.

6 al 13 de septiembre, en Austria.

La semana internacional de Huizen (Holanda) tendrá lugar este año del 2 al 8 de agosto.

Remitir a:

Rama RAKOCZ

Ríos Rosas, 25-1.°

MADRID-3

Direcciones de Ramas

BARCELONA: Rama Armonía. Canuda, 45-47, 2.º Reuniones diarias, excepto sábados.

BILBAO: Rama Dzyan. General Concha, 8, 5.º izqda. Reuniones semanales.

BREDA: Rama Breda. Carretera de Riells, s/n. Reuniones semanales.

JEREZ DE LA FRONTERA: Grupo Fraternidad. Avda. Amontillado, 85. Reuniones semanales

MADRID: Rama Hesperia. Mayor 1, 2.º Reuniones diarias, excepto sábados.
Rama Rakoczi. Ríos Rosas, 25, 1.º D. Reuniones, lunes y miércoles.

MOLLERUSA: Rama Maya. San Juan, 44. Reuniones semanales.

PALMA DE MALLORCA: Rama Pax. Aptdo. postal 126. S'Arenal (Mallorca). Reuniones cada segundo y cuarto jueves.

RUBI: Rama Rubi. Príncipe, 43. Reuniones, tercer sábado de cada mes.

SABADELL: Rama Fides. Boscan, 11. Reuniones cada sábado.

TARRASA: Rama Bhakti. Salvador Bus quets, 34. Reuniones cada segundo y cuarto domingo y cada tercer sábado.

VALENCIA: Rama Jinarajadasa. Cádiz, 47, 1.º Reuniones semanales.

La Presidencia Nacional tiene su domicilio en la Vía Layetana, 77, de Barcelona.

Rogamos a cada una de las Ramas cuyos datos figuren incompletos o equivocados, nos hagan saber las correcciones para que aaprezcan correctamente reflejados en próximos números.

EL LOTO BLANCO

Boletín de Suscripción

Deseo suscribirme a El Loto Blanco, por un año (cuatro números). Importe: 550 pesetas anuales.

Forma de pago:
( ) Transferencia bancaria
( ) Giro Postal

Nombre ....
Dirección ....
Población .... D. P. ......
Provincia ....

Firma,

Declaración de libertad de pensamiento

Como quiera que la Sociedad Teosófica se ha difundido ampliamente por todo el mundo civilizado y cuenta entre sus miembros con practicantes de todas las religiones que no renuncian a los dogmas peculiares de su respectiva fe, conviene tener presente que ninguna doctrina ni opinión, sea quien sea quien la enseñe o mantenga, liga en modo alguno a ningún miembro de la Sociedad, pues todos son libres de aceptarlas o rechazarlas. El único requisito para formar de la Sociedad Teosófica es la aceptación de sus objetivos.

Ningún instructor o tratadista, desde H. P. Blavatski a los actuales, tiene autoridad para imponer sus enseñanzas u opiniones a los demás. Todos los miembros tienen el mismo derecho para adherirse al instructor o a la escuela filosófica que elijan, pero no tienen derecho a forzar a otro a que abrace la misma opinión.

A ningún miembro de la Sociedad se le puede negar el derecho de voto y el de ser candidato a cargos oficiales a causa de las opiniones que mantenga o de la escuela filosófica a que pertenezca, pues las opiniones y creencias no confieren privilegios ni inflingen castigos.

Los miembros de la Sociedad Teosófica mantienen y defienden estos fundamentales principios de la Sociedad, obran de acuerdo con ellos, y ejercen su derecho de libertad de pensamiento y el de su consiguiente expresión, dentro de los límites de la cortesía, respeto y consideración a los demás.



Libertad de la Sociedad Teosófica

Aunque la Sociedad Teosófica pueda cooperar con otras organizaciones cuyos objetivos y actividades hagan posible tal cooperación, es y seguirá siendo una organización enteramente independiente de cualquiera otra, no vinculada a ningún otro objetivo que no sean los suyos propios, e intenta desarrollar su propio trabajo en la forma más amplia y más abarcante posible, y así se encamina hacia la consecución de sus fines por la realización de sus objetivos y la Sabiduría Divina, que de forma abstracta está implícita en el título de la Sociedad Teosófica.

Ya que la fraternidad universal y la sabiduría son indefinibles e ilimitadas y teniendo en cuenta que hay completa libertad en cada uno de los miembros en pensamiento y acción, la Sociedad trata de mantener siempre su propio, único y diferenciador carácter manteniéndose libre de afiliación o identificación con cualquiera otra organización.


ओं
NO HAY RELIGIÓN MÁS ELEVADA QUE LA VERDAD